

Аннотация к рабочей программе дисциплины

Автор Хабаров В.В., ст. преподаватель

Наименование дисциплины: Б1.В.23 Элективные курсы по физической культуре и спорту

Цель освоения дисциплины:

- понимание роли физической культуры и развития личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.
- понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

1. Требования к результатам освоения дисциплины

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
ОК-8 способностью использовать методы и средства физической культуры	Этап 1: знать основные положения о физической	Этап 1: уметь применять систему знаний практических	Этап 1: владеть практическими навыками и методами основы

для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	культуре в общекультурной и профессиональной подготовке студентов, об основах здорового образа и стиля жизни, об оздоровительных системах Этап 2: знать основные положения о социально - биологических основах физической культуры, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. Этап 2: уметь применять систему знаний о различных видах физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	физической культуры. Этап 2: владеть практическими навыками и методами здорового образа жизни.
--	--	---	---

2. Содержание дисциплины:

Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 1 Легкая атлетика

Тема 2 Волейбол

Тема 3 Баскетбол

Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 4 Футбол

Тема 5 Гимнастика

Тема 6 Легкая атлетика

Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 7 Лыжная подготовка

Тема 8 ОФП

Тема 9 Гимнастика

Тема 10 Футбол

Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 11 Баскетбол

Тема 12 Волейбол

Тема 13 Легкая атлетика

Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 14 Легкая атлетика

Тема 15 Волейбол

Тема 16 Баскетбол

Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 17 Футбол

Тема 18 Гимнастика

Тема 19 ОФП

Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 20 Лыжная подготовка

Тема 21 Волейбол

Тема 22 Баскетбол

Тема 23 Гимнастика

Тема 24 ОФП

Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 25 ОФП

Тема 26 Футбол

Тема 27 Гимнастика

Тема 28 Легкая атлетика

Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 29 Легкая атлетика

Тема 30 ОФП

Тема 31 Волейбол

Тема 32 Баскетбол

Тема 33 Гимнастика

Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 34 Волейбол

Тема 35 Гимнастика

Тема 36 ОФП

Тема 37 Футбол

Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 38 Лыжная подготовка

Тема 39 ОФП

Тема 40 Волейбол

Тема 41 Гимнастика

Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 42 Баскетбол

Тема 43 Волейбол

Тема 44 Легкая атлетика

Раздел 13 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 45 Легкая атлетика

Тема 46 Футбол

Тема 47 ОФП

Тема 48 Гимнастика

Раздел 14 Физкультурное образование с профессиональной направленностью

Тема 49 Баскетбол

Тема 50 Волейбол

Тема 51 Легкая атлетика

3. Общая трудоёмкость дисциплины: 2 ЗЕ.